

滨江出现一条“最长最好”的城市跑道

脚感到底有多棒 快报帮你来体验

正式使用是月底 请大家再等几天免得踩坏了

见习记者 林建安 周少燕 通讯员 宋桔丽 摄影 陈林森

这两天,滨江闻涛路一段6.4公里的塑胶跑道成了“网红”。从空中看,它一红一蓝,一面临江听涛,一面樱花绚烂,美得不要不要的,而且离机动车道远远的,非常安全。

这条被网友誉为“全国最长”“全杭州最好”的城市跑道,是不是和想象的一样赞? 快报记者昨天实地体验。

这条跑道脚感有多好?

因为跑道还在施工,在工作人员允许下,我们的记者陈林森在基本完工的区块试了试。

陈林森跑过很多城市的马拉松,对跑道蛮有心得。

踩上去感觉怎么样?

“和体育场里的塑胶跑道不同,它没有颗粒感,也更软一点,更像是羽毛球场地的塑胶地垫,脚感超级好。跑道的摩擦力很强,跑在上面还有一种‘跟脚’的感觉,即使是有水的路面,也基本不滑;而且弹性和支撑性很好,落地时能够充分吸收脚对地面的冲击力,以保护踝关节和膝关节,启动时又能充分回弹,给跑者向前的动力。跑在这样的路上看着无敌的江景,想想都觉得很幸福!”

再来问问非专业群众。

沈大姐就住在闻涛路附近,昨天下午4点遇到她时,她正和小姐妹在江堤跑步:“以前没有什么道什么道分开的,全都在江边的石板路上,人那个多啊,还有遛狗的,怎么跑得起来。听说这个跑道跑起来很舒服,摔倒了也不会痛的,很期待啊。”

为什么脚感这么好?

为了让大家跑得舒服,建设方可是下了功夫的。这条塑胶跑道用的是国内最环保的“聚脲自结纹材料”。

“现在很多操场的跑道,都是天然橡胶和人造橡胶做的混合型跑道,踩上去有点硬。我们考察了很多材料,最后选择了这款,无色无味,最重要的是回弹性高。”

要铺好这条“弹力”跑道,花的精力可不少,要整整铺9层。

最下面,刷两层,目的是防止渗水;

上面是发泡层,刷三层,这是负责“弹力”的三层,给踩在上面的脚一个反馈的力量,这个缓冲力让你觉得路面不会硬邦邦,跑起来就很舒服;

再上面是两层加强层,起到保护的作用,如果没有这两层,如果有人穿上高跟鞋踩上去,就会把发泡层踩出一个洞,破坏发泡层延续性的结构;

最后,还要刷两层保护层,这一层刷好后,等它自然干了,就会形成随意性的纹路,既起到防滑作用,看起来也很好看。

“一期目前还在施工,东信大道到信诚路,4.8公里,现在正在涂发泡层,已经完成2公里了,全线要到4月底才能完成。”负责闻涛路改造提升工程的高新总公司负责人孔佳杰也借快报提醒一下大家,因为工程还没完工,如果大家都去跑,对工程质量和进度都有影响。前段时间就在跑道上发现了几个脚印,目前正在修补。

所以请大家再等等,到了月底,就会全面修好,欢迎大家来跑步。



这条跑道是怎么“变”出来的?

问了滨江区工作人员,他们说,这条跑道是车子“让”出来的。

原来闻涛路被绿化带一分为二,现在把靠江的车道(东向西)拿了出来,一部分变成了蓝色、宽2.5米的跑道;一部分成为红色、宽3米的自行车道;还有一部分是和沿江步行道并到了一起拓宽至5米。但原来的车道并没有减少,全部移到了绿化带南面。

整个跑道将分两期建设——

一期东起信诚路,西至东信大道,长4.8公里。

目前中间绿化带已经完工,种上了1300棵早樱,昨天去看的时候大部分已经谢了,绿叶掩盖了粉红,但仍不耽误我们能脑补出,到了明年3月,那一片如海的樱花会有多美。

受工程影响,目前这段路是禁止通行的,等到这个月中旬,就将开放机动车道;月底,跑道、自行车道就可以投入使用了。

二期工程西起信诚路,东至时代大道,长1.6公里。

计划在6月底完工,配套设施会更完善,像公园、公厕、休息的小广场,都会比一期要多。

滨江城建指挥部童照军说,二期往东,四桥以东到闻站河的一公里跑道,原来是准备铺设彩色沥青路面的,如果效果好,会考虑也像闻涛路一样设塑胶跑道。以后,可以从东信大道一直跑到闻站河,整整7.4公里。

配合跑道还推出什么温馨服务?

昨天下午4点,我们来到闻涛路信诚路口,



这是一期和二期的交界处。施工人员正在忙着做最后的“修补”工作,路边堆着几十个崭新的垃圾桶,到时候会安装在江边。

走了一遍,发现除了跑道棒棒哒,还有很多细心贴心的服务设施。

绿化隔离道上,大概20米间距就装上一个高4米的路灯,照亮大家夜跑的路。

“人有三急”怎么办? 信诚路往西500米左右,正在建公共厕所,请大家记住这个公厕的位置,因为一期4.8公里,我们没看到第二个厕所了。

路面积水怎么破? 闻涛路火炬大道交叉口,有一个雨水泵站,可以快速将积水排到钱塘江。

跑累了哪里可以休息? 火炬大道再往西,一个休息亭紧挨着小小的健身场所,跑完步来做个器械练个肌肉什么的,也是个不错的选择。

负责闻涛路改造提升工程的高新总公司负责人孔佳杰说,接下来,还会推出两项服务:一个是在路旁安装直饮水,喝了就能直接喝;一个是预留出几处公共自行车租赁点,方便大家。

大杭州还有哪些值得一去的跑道和骑行道?

建德/三江两岸绿道:从梅城严东关开始,经子胥渡到乾潭码头,全长18公里,经七里扬帆景区,一路有三个驿站,可跑步可骑车,堪称杭州“三江两岸绿道”精华。

大径山/骑行绿道(在建):18公里,预计8月底完工。国庆节你可以边骑行边欣赏花海、麦浪。

千岛湖/环湖骑行线:全程180余公里,千岛湖风光尽收眼底。其中排岭半岛绿道全程7.3公里,路面分成红绿蓝紫四色代表春夏秋冬,非常别致。

转塘街道何家村/杭州首条标准山地车赛道:全长5590米,其中1151米是竞赛级路段,单圈高低落差176.5米。赛道“藏”在茶园里,骑行春游两不误。

